ROK II.

Nr. 10.

DWUTYGODNIK ILUSTROWANY



START

POŚWIĘCONY WYCH: FIZ: KOB: SPORTOWI HYGIENIE



Zapalone wędkarki angielskie przy „pracy".

Drugi zeszyt majowy.

Cena egz. 50 groszy.



Interesujący moment z zawodów hippicznych angieslkich amazonek

KURSY I OBOZY WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Mówiąc o rozwoju sportów wśród szerokich sfer kobiet, dążąc do szybkiego w społeczeństwie zdemokratyzowania ćwiczeń cielesnych, wskazujemy na wiele istniejących przeszkód, do usunięcia których należałoby zmierzać energicznie. Wśród przeszkód tych uważamy za jedną z najdotkliwszych — brak odpowiedniej liczby i klasy instruktorek.

Dla przeciwdziałania brakowi instruktorek, organizowane są, prócz specjalnych uczelni wyższych, w okresie lata najróżniejsze kursy i obozy wychowania fizycznego. Program przedmiotów teoretycznych i zajęć praktycznych na tych kursach i obozach dostosowany jest do przewidzianego poziomu uczestniczek.

Jeżeli chodzi o instruktorki specjalistki w poszczególnych gałęziach sportu, wspomniane kursy i obozy nie zaspakajają w tych dziedzinach istniejących luk i braków. Programy kursów tych pomyślane szeroko, uwzględniają kilka sportów, jest przeto rzeczą jasną, że absolwentki ich po parotygodniowym okresie nauki nie będą w stanie całkowicie opanować wszystkich przedmiotów. Dla kształcenia instruktorek sportowych, specjalistek w każdej dziedzinie sportu należałoby iść nieco odmienną drogą. Sprawą tą winny zająć się poszczególne związki sportowe, organizując — każdy we własnym zakresie — przy pomocy finansowej państwa, kursy instruktorskie specjalne, z których wychodziłyby skończone instruktorki pływania czy lekko-atletyki. One właśnie byłyby w stanie zadośćuczynić potrzebom licznych rzesz sportujących pań, trenujących dla wyniku konkurencje specjalistyczne.

Dopóki wszakże koncepcja takich kursów instruktorskich nie zostanie zrealizowana, a przyznać trzeba, że rok olimpijski, jaki przeżywamy, nie bardzo nadaje się do prowadzenia tego rodzaju pracy (związki sportowe są przepracowane przygotowaniami olimpijskiemi), sportowy świat kobiecy winien zastanowić się nad tem, w jaki sposób choć częściowo możnaby było realizować niezmiernie aktualne i pilne hasło kształcenia instruktorek już w roku bieżącym, nie odkładając pracy do roku 1929.

Urzeczywistnieniu postulatu tego idzie do pewnego stopnia naprzeciw inicjatywa Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego. Urząd ten, podobnie jak w roku ubiegłym, organizuje w sezonie letnim szereg obozów i kursów wychowania fizycznego. W tej dziedzinie na plan pierwszy wysuwa się trzytygodniowy kurs instruktorski w Wągrowcu. Program kursu jest bardzo obszerny, największa jednak uwaga zwrócona będzie na gimnastykę, pływanie i gry sportowe. Kierownikiem kursu będzie ppłk. Walerjan Sikorski, chlubnie znany ze swej działalności na polu wychowania fizycznego, ponadto oddany przyjaciel ruchu sportowego wśród kobiet i gorący rzecznik jego samodzielności. Prowadzenie poszczególnych przedmiotów powierzone zostało wybitnym fachowcom w swojej specjalności, przytem starano się — o ile możności — obsadzać stanowiska instruktorów przez kobiety.

Licząc się z tem, że z omawianego kursu instruktorskiego prócz sfer nauczycielskich oraz stowarzyszeń społecznych będzie chciał skorzystać kobiecy świat sportowy, kierownictwo kursu — obozu w Wągrowcu zarezerwowało dla przedstawicielek sportowych organizacyj pewną liczbę miejsc, w ten sposób, że każdy związek państwowy, kierujący pewną dziedziną sportu, będzie miał prawo wysłać do Wągrowca 6 pań.

Fakt powyższy winien w wysokim stopniu zainteresować nasze kobiece organizacje sportowe. Względy finansowe przy zniżonych do minimum kosztach, nie mogą odegrać roli hamującej, lecz wprost przeciwnie mogą być raczej czynnikiem zachęcającym. Przyszłe absolwentki tego kursu, acz nie zdobędą tam finezji technicznych w swoich gałęziach sportu, wyniosą zeń temniemniej zdecydowane podstawy ogólne, oraz — co ważniejsze — zdobędą na nim zupełną znajomość gier sportowych. Ten ostatni wzgląd jest o tyle ważny, że bodaj w każdym sporcie gry odgrywają rolę doskonałego współczynnika zaprawy sportowej i z tego tytułu coraz bardziej przenikają do wszystkich klubów sportowych. Kluby te zarazem w znacznej swej większości nie posiadają dotychczas wśród swych członkiń osób, odpowiednio przygotowanych do samodzielnego prowadzenia gier i z konieczności korzystać muszą z pomocy z zewnątrz. Pod tym więc względem obóz w Wągrowcu oddać może sportowi kobiecemu duże usługi, jeśli oczywiście zainteresowane organizacje zechcą obesłać go w przewidzianej mierze.

Niezależnie wszakże od kursu w Wągrowcu, niezależnie także od kłopotów roku olimpijskiego, nasze działaczki winny zatroszczyć się o przeprowadzenie na mniejszą choćby skalę krótkich kursów przeszkolenia instruktorskiego w poszczególnych gałęziach sportu. W tym celu możnaby było wyzyskać fakt pobytu w Polsce dla przygotowania olimpijskiego wyjątkowo licznych trenerów oraz instruktorów zagranicznych.

Wiemy, że w tym ostatnim wypadku trzeba będzie zwalczać rozliczne trudności. Ze względu jednak na doniosłość sprawy zawsze warto się pokusić o ich przełamanie.

K. M.

GIMNASTYKA I RUCH KSZTAŁTUJĄCY

(Krótki zarys celów szkoły Dory Menzler)

Od Redakcji. Zamieszczony poniżej artykuł został napisany przez p. Menzler specjalnie dla „Startu" dzięki staraniom współpracowniczki naszej, p. Izenberżanki.

Jeśli mam w ogólnych zarysach powiedzieć coś istotnego o mej pracy, to wydaje mi się najważniejszym fakt, że wychowanie fizyczne uważam za pracę, która powinna objąć całego człowieka.

Nowoczesna kultura ciała winna stać się dobrem ogólnem. Dopiero, gdy przesiąknie nią całe społeczeństwo, we wszystkich swych warstwach, wtedy będzie można mówić o prawdziwych jej skutkach.

Osobiście uważam za najważniejsze zadanie: kształcenie nauczycielek, które miałyby możność zadośćuczynienia wszelkim warunkom stawianym przez wiek i indywidualne wymagania ćwiczących.

Do tego są potrzebne nietylko wiadomości o materjale gimnastycznym. Niemniej koniecznem jest umysłowe kształcenie instruktorki wychowania fizycznego, oraz rozwój jej zdolności psychicznych.

Uczyć wielu ludzi to znaczy: „nastawić się" na wiele jednostek. Zupełne „nastawienie się" jest tylko wtedy możliwe, jeśli się posiada umiejętność zupełnego czasowego wyłączenia swego „ja", przez co znowu wzbogaca się — w wiecznem krążeniu — własna osobistość, dając wciąż swe skarby innym jednostkom. Wszystkie moje uczenice uczą się tego, że należy znaleźć w sobie samym punkt oparcia, być człowiekiem spoczywającym i odpoczywającym w samym sobie. Taka dopiero jednostka może być nauczycielem i wychowawcą w prawdziwem słowa tego znaczeniu. Oznacza to w ujęciu praktycznem, że kładę główny nacisk na ćwiczenia, które mogą uwolnić jednostkę od hypernaprężenia wywołanego przez gorączkowy rytm dzisiejszego życia. Tylko przez możność zupełnego odprężenia można wywołać wewnętrzny spokój. Odprężenie jest podstawą wszelkiej gimnastyki, zarówno statycznej, jak i ruchliwej, która zkolei jest mostem do wszelkiego ruchu kształtującego. Zdolności odprężenia towarzyszy nam subtelne poczucie życia ciała, umożliwia odnalezienie punktu zaczepnego i kończącego, wyrażenie kontynualnej linji ruchu, czyli odczucie ruchu jako całości. Subtelnie zróżniczkowane ćwiczenia gimnastyczne stosujemy na zmianę z chodem, biegiem i skokiem, oraz — przy zamianie rytmów muzycznych na ruchy ciała — z ćwiczeniami odśrodkowemi. Jestem zdania, że główna wartość kultury ciała leży w żywotności, optymiźmie życiowym, w każdym razie w psychicznym i fizycznym wpływie na człowieka. To też unikamy wszelkich przejawów nieruchomości nawet w spokojnych i intelektualnych formach gimnastyki statycznej. I tutaj ciało drga i żyje. Wciąż budujemy, badamy, podkreślamy to, co się uwidacznia w intensywniejszych, kształtujących formach gimnastyki. Powtarzają się wciąż kontrasty wznoszenia się i opadania, naprężania i odprężania, wszystkie ruchy uzgodnione są z naturalnym oddechem, podkreślając jedyne bezwa-



Zespół Dory Menzler w ruchu plastycznym.

runkowe przystosowanie się do rytmu wszelkiego stawania się w naturze. W ten sposób zdobywamy subtelne poczucie ruchów, które mojem zdaniem jest prawdziwem szlachectwem i kulturą wychowania fizycznego i które prowadzi człowieka powoli do swobody opanowania ciała i otwiera drogę do możności uplastycznienia przeżyć wewnętrznych.

W ten sposób dochodzimy do tego, że owo uplastycznienie, ów ruch opanowany, kształtujący, nie jest narzucony z zewnątrz, nie jest chciany, czy forsowany umyślnie, lecz płynie z samej jednostki, dzięki poczuciu fizycznej, niezależności. Jest to więc końcowy skutek poprzedzającej pracy. Życzeniem mojem jest wychowanie fizyczne w sposób możliwie prosty i naturalny, by przez urobienie ciała kształtować całą istotę.

Przez odbywanie letnich kursów nad morzem Bałtyckiem (w Wustrow) pragnę zbudzić w mych uczenicach poczucie przynależności do natury, poczucie jedności z wiecznością, gdyż ludzkość zagubiła tę drogą świadomość.

W ten sposób pragnę wychować ludzi, którzy mi pomogą prowadzić młodzież w życie przez prostotę i prawdę.

Dora Menzler.

ŁUCZNICTWO JAKO WYPOCZYNEK

Każdy pracujący człowiek musi wypoczywać i wiedzą o tem wszyscy. Jednak nie każdy umie odpoczywać. Ileż razy zdarzyło się każdemu z nas wziąć za odpoczynek taką rozrywkę, która w następstwie zostawiła po sobie wzmożone uczucie zmęczenia? To też umiejętność spoczywania jest taką samą umiejętnością, jak każda inna i tak samo wymaga nietylko wyboru instynktownego, ale również namysłu, refleksji, znajomości podstawowych praw nauk psychicznych i t. p.



Świetna łuczniczka angielska, Mrs. Armitage.

Sporty wogóle mają już oddawna ustaloną sławę, jako czynnik dobrego wypoczynku. Łucznictwo zaś wśród narodów zachodniej Europy, uchodzi pod tym względem za wzór sportu, który współczesnemu człowiekowi, pracującemu umysłowo, czy też fizycznie — daje maksimum wypoczynku.

Czem się to dzieje? Przecież pisałem już gdzieindziej, że praca ćwiczącego łucznika jest wcale znaczna, że napięcie uwagi w czasie strzelania jest duże, że... słowem łucznictwo wymaga skupienia nerwowego i wysiłku mięśni w takim samym stopniu, jak każdy inny sport.

Na czem więc polega wypoczynkowa wartość łucznictwa?

Jak wiemy, wypoczynku nie stanowi absolutny bezruch fizyczny, innemi słowy: Bezczynność, wprowadzona, jako próba, w nasze czynne życie na przeciąg paru krótkich godzin, mogłaby tylko spowodować zamęt i niepokój w systemie nerwowym, a w następstwie dałaby zapewne uczucie jeszcze większego znużenia. Zresztą praktycznie nie dałaby się zastosować.

To też nikt jej nie zaleca i nikt nie stosuje. Natomiast wypoczynku poszukujemy w zmianie zajęć: zmiana ruchów, środowiska nastroju, celu i t. p. — sama przez się już jest wypoczynkiem, sama przez się koi i orzeźwia, wzmacniając siły fizyczne i umysłowe, mimo, że wymaga ponownego, ale już innego napięcia naszych władz fizyczno-duchowych.

Pod tym względem łucznictwo nie różni się od innych gałęzi domeny sportowej i wnosi dawno uznane wartości.

Jest jednak pewien czynnik, a raczej wiele czynników w tym szlachetnym sporcie, których albo wcale niema w innych sportach, albo jest ich zbyt mało.

Pierwszym i bodaj najważniejszym — to niesłychana rozmaitość ruchów, wielorakość czynności, o bardzo zróżniczkowanem natężeniu fizycznem i nerwowem.

Z tętniącego gorączkowym ruchem wielkiego miasta lub z wyczerpującego jednostajną pracą biura, lub innego warsztatu pracy, łucznik wchodzi dowolnym krokiem na swój tor.

Po zgiełku wielkiego Londynu, witają go zielone zacisza Hyde Parku, z wrącego potoku ulic Paryża, chodzi się w zamkniętym zaułku Jouffroy Renault, z ula pracowitej okolicy Szwajcarji — do łagodnej ciszy i zieloności pałacyku przy Thornmannstrasse, z nowej Warszawy do rozległego pięknego parku na Wierzbnie.

Już samo to przejście oddaje rycerza łuku we władztwo prawa kontrastów, które niepostrzeżenie wnosi w duszę i ciało — spokój równowagę i pogodę.

Potem następuje szereg czynności przygotowawczych: dobycie sprzętu, — przygotowanie strzał, nałożenie cięciwy, sprawdzenie stanu tarcz i toru i odrazu skupienie wszystkich mięśni przy napięciu cięciwy na gryfy. W chwilę potem, błyskawiczne odprężenie całego systemu mięśniowego: cięciwa drży na gryfach,

palce chwytają pierzasty bełt, oko szuka tarczy z połyskującym złotym środkiem.

Jeszcze chwila tylko, a łucznik, rozpoczyna zwykłą pracę strzelania, składającego się naprzemian ze skurczów mięśni i rozprężenia zupełnego, absolutnego. I tutaj znowu widzimy rozmaitość: obok pracy czysto sportowej, specjalnie łucznej — przechodzenie sprężyste ze stanowiska początkowego do tarczy, wypuszczanie strzały w kierunku odwrotnym (tarcze stoją na dwuch przeciwnych krańcach toru) znowu marsz i znowu strzelanie.

Jednakże w zabawie łuczniczej rozmaitości jest akurat tyle, ile potrzeba, ani zamało, ani zadużo. Organizm człowieka wymaga pewnego rytmu, pewnych równych powtarzań. Pod tym względem łucznictwo jest niedoścignione. Precyzyjne ruchy wprawnego łucznika, a zwłaszcza dziewcząt, strzelających z łuku — przypominają poruszenia taneczne — pląsy rytmiczne, gimnastykę plastyczną. Tutaj zapewne kryje się przyczyna, dla której sport ten zdobył tak liczne rzesze kobiet w Anglji, Ameryce i Francji.

Strzelając z łuku, odczuwa się mniej więcej to samo, co czuje tancerz, lub tancerka — równy, ciągły rytm, który sprawia, że kto raz poważnie zacznie trenować, ten pozostanie wierny orężowi praojców nazawsze.

Nie dziwię się wcale, że na torach łucznych Londynu, Paryża i Berlina, spotykałem siwowłosych panów i miłe poważne panie. Niejeden z dzisiejszych łuczników europejskich uprawia swój sport od lat 30 i więcej, a niejedna lady, zjednała mu własnym przykładem swoją dorosłą córkę.

Ów czar rytmu — to druga cecha sportu łucznego, cecha bardzo znamienna, atrakcyjna i niewoląca.

A. Zarychta.

WZORZEC SKRÓCONY

do przerobienia na boisku w dzień święta szkolnego dla dziewcząt powyżej 15 lat

A.

1. Wejście dwójkami na boisko (śpiew). Przejście dokoła wytyczonego kwadratu na boisku. Uformowanie kolumny czwórkowej i ustawienie się pośrodku, wykonując równocześnie rozstęp większy, niż wymiar obu wyciągniętych rąk wbok.

2. W miejscu, wykonanie podskoków z krzyżowaniem nogi przed sobą i równoczesnym wymachem obu rąk wbok (ręce równolegle z krzyżującą się nogą). Ten sam podskok z wymachem nogi wtył i wymachem rąk wzwyż. Ćwiczyć na zmianę jednakową liczbę razy.

3. Klęczka jednonóż, druga noga wyciągnięta wprzód, ramiona wzwyż, skłon całem tułowiem wprzód, siadając na nodze klęcznej i składając tułów i ręce na nodze wyciągniętej; powolne wznoszenie tułowia z równoczesnym powrotem do klęczki i mały skłon górnej części tułowia wtył z przenoszeniem ramion wbok. Przerobić 2 razy na każdą nogę.

4. Przysiady podparte i szybkie przechodzenie do postawy stojącej, wspiętej z rękami wzwyż, znów opadanie do przysiadu.

5. Skok wprzód z trzech kroków biegu i wymachem rąk wprzód. Oddech.

B.

1. Stojąc, krążenie wyciągniętemi ramionami wbok, w kierunku ku tyłowi przy bardzo lekkiem odchylaniu górnej części pleców wtył. Zataczanie kół niewielkich; — cztery krążenia pochylając się i cztery prostując. Ilość krążeń można ustalać dowolnie, byle ćwiczenie nie trwało za długo, tempo powolne i duża precyzja ruchu.

2. Ustawienie dwójkami, zwróconemi do siebie czołem. Wypad do przodu ze skrzyżowanemi rękami na piersiach, przejście do równowagi przez uniesienie nogi wspartej ztyłu, z rozłożeniem rąk wbok.

3. Ustawienie dwoma kołami lub czterema, w zależności od liczby ćwiczących i rozegranie wyścigu piłek. Rzuty dużemi piłkami, tempo bardzo szybkie.

4. Bieg na swoje miejsca. Przysiad podparty, szybkie kroki na rękach wprzód, aż do osiągnięcia podporu przodem, skurcz nóg do przysiadu podpartego. Dwa razy, potem powstać i powracać na swe miejsca, tyłem, drobnemi krokami wspiętemi, wykonując równocześnie dysymetryczny ruch rękami ze skurczu do ramion: rzut jednej ręki wprzód, drugiej wbok naprzemian. Całe ćwiczenie powtórzyć dwa razy.

5. Zdjęcie wywijadeł.*) Ustawienie kołem, skok w miejscu ponad wywijadło 3 razy na lewą nogę, 3 razy na prawą; potem pięć kroków w biegu, przeskakiwanie ponad wywijadło i znów w miejscu. Powtórzyć kilka razy.

6. Uformowanie kolumny dwójkowej i ustawienie na obwodzie koła dwóch kół wewn. i zewn., ćwiczące zwrócone do siebie czołem. Dwa wywijadła złożone we dwoje, trzymane za końce obiema rękami ćwiczących, stojących nawprost siebie. Z tej postawy przeciąganie silne wykonując skręty tułowia. Opasać się wywijadłami i znów powrócić do ustawienia kołem.

7. Bieg krótki, na gwizdek wykonać trzy podskoki na nogach zwartych z trzema klaśnięciami ponad głową.

8. Ustawienie z biegu kolumny czwórkowej. Siad skrzyżny, rozluźnienie mięśni ramion, korekcja postawy i ustawienie się do ćwiczenia.

9. Dwie ćwiczące, w zewnętrznej czwórce, klękają jednonóż czołem do wewnątrz kolumny, dwie środkowe stojąc do nich bokiem, opierają nogę na kolanie klęczących, pochylając się do środka kolumny i przenosząc jedną rękę wzwyż, łączą ręce ponad głowami swemi, opuszczając drugą rękę wdół i lekko zginając kolana, następnie prostują się, by wykonać skłon w stronę klęczącej, prostując kolano i złożywszy ręce na głowie. Po kilkakrotnem wykonaniu tego ćwiczenia, ćwiczące muszą zmienić swe role.

10. Ustawienie w dwuszeregi w końcu boiska. Chwyt za ręce wyciągnięte wprzód, marsz wspięty z unoszeniem kolan jak najwyżej. Powrót wtył z wyciągniętemi w chwycie rękami wzwyż. To samo powtórzyć biegiem, a wyliczywszy liczbę kroków — ostatni silnie równocześnie zaakcentować; powrót z biegu tak jak poprzednio, lecz nieco szybciej. (Muzyka — marsz).

11. Skok w przebiegu strumieniem ponad wywijadło trzymane przez dwie ćwiczące w każdym rzędzie kolumny. Trzymające muszą się zmieniać.

C.

1. Powolnym marszem powrót na swe miejsca. Stojąc, faliste unoszenie ramion wbok w tempie na cztery i tak samo opuszczanie wdół.

2. Stojąc kolejne wykraczanie, przenosząc ciężar ciała do przodu i wznoszenie obu rąk przodem wzwyż i głowy wzwyż. Opuszczanie bezwładne rąk i głowy wdół, przy równoczesnem dostawianiu nogi.

3. W postawie zupełnie swobodnej oddech dowolny.

H. Olszewska.

---

*) Wywijadła należy mieć na sobie zawiązane luźno jak paski.

HALLO! HALLO!



Joanna Ridcy, znana tennisistka angielska.

Spacery łodzią w dni pogodne w miejscowościach położonych nad brzegami morza, rzek czy jezior, należą niewątpliwie do dużych przyjemności. Coraz większem powodzeniem cieszyć się zaczyna również turystyka wodna, odbywana na łodziach, typy których do tego celu są specjalnie dostosowywane.

W ostatnich czasach coraz większem powodzeniem cieszyć się zaczynają lekkie łodzie kauczukowe, zwane zagranicą „łodziami kieszonkowemi. Łódź taka składa się z dętek, które zapomocą zwykłej pompki, używanej do nadymania piłek, czy dętek rowerowych, zostają napełnione powietrzem. Łodzie te obliczone są na dwie osoby, dzięki wielkiej swej lekkości są bardzo szybkie i zwrotne. Cena łodzi tych jest bardzo niska, to też wchodzą one w życie coraz więcej.

Łódki takie „w stanie spoczynku" — po wypuszczeniu powietrza, dają się składać w mały worek i ważą zaledwie 4 klg.

Doroczne wielkie zawody automobilowe „Targa Florio" odbyły się po raz 19-sty w pierwszej połowie maja. Wśród wielu startujących zawodników do konkursu stanęła również jedna kobieta, pani Junek na automobilu marki Bugatti.

Zawody rozgrywały się na dystansie c-a 540 klm. W ogólnej klasyfikacji pani Junek zajęła 5 miejsce, osiągając czas 7 godz. 29 minut, szybkość przeciętna c-a 72 klm. na godzinę. Zwycięzca, Divo na Bugatti, osiągnął czas 7 godz. 22 min. 23 sek. Na dalszych miejscach za panią Junek znalazło się około 20 zawodników.

Wynik dzielnej automobilistki przyniósł jej zasłużoną sławę.

Godzi się nadmienić, że p. Junek jest Czeszką, oraz że do połowy dystansu prowadziła wyścig. Nie wiele brakowało, aby zwyciężyła wszystkich swych męskich konkurentów.

Przed paroma tygodniami odbyły się w Paryżu zawody pań w golfa o mistrzostwo Francji.

Zwycięstwo przypadło w udziale dotychczasowej mistrzyni Francji, p. Thion de la Chaume, która wykazała bardzo ładny styl i wysoką klasę gry.

W finale p. Thion de la Chaume zwyciężyła p. Esmond w stosunku 11 : 10.

Turniej o mistrzostwo Francji pań w golfie zgromadził około 30 uczestniczek.

Kwestja zdobycia przez człowieka umiejętności chodzenia po wodzie, nie jest rzeczą nową. Próbowano realizować ją w sposób najrozmaitszy, opracowując najprzeróżniejsze typy „butów wodnych", mogących utrzymać człowieka na wodzie.

Pamiętamy dokonywane w roku ubiegłym na Wiśle pod Warszawą próby przejścia rzeki w specjalnych butach, które rzeczywiście pozwalały człowiekowi zanużonemu po pas posuwać się naprzód. Ten „wynalazek" wszakże jest niczem w porównaniu ze specjalnie skonstruowanymi ostatnio nartami wodnemi, na których chodzić można po wodzie, bez żadnego skrępowania.

Wynalazca austrjacki na nartach tych czterokrotnie przeszedł Dunaj, przytem uzyskał szybkość 370 metrów na 4 minuty.

W dniu 17 maja według tradycyjnego ceremonjału odbyło się otwarcie sezonu w Warszawskim Klubie Wioślarek. W czasie uroczystości wystąpił chór wioślarek pod kierunkiem p. J. Michalikowej, wywołując naogół dodatnie wrażenie.

W związku z otwarciem przystani odbył się chrzest trzech łodzi, nabytych przez Klub pod koniec ubiegłego sezonu.

Ruch wioślarski pań zapowiada się w sezonie bieżącym bardzo dobrze. Zarówno w Warszawskim Klubie Wioślarek, jak też i w sekcjach pań przy Wojskowym Klubie wioślarskim i Akademickim Związku Sportowym praca wre. Energicznie prowadzone są lekcje nauki wiosłowania oraz treningi.







Od lewej: 1) nowy typ nart wodnych, 2) ciekawy moment z meczu hazeny pomiędzy drużynami A. Z. S-u i Skry, 3) modny w sezonie 1928 r. lecz niezbyt piękny kostjum tennisowy.

Lista szwedzkich rekordów lekkoatletycznych wykazuje, że w szeregu konkurencyj ustępujemy rywalkom skandynawskim, w innych je przewyższamy; naogół siły są mniejwięcej równe.

W biegach krótkich poziom jednakowy, gdyż rekordy szwedzkie wynoszą: 60 m. — Jacobsen 8,1 sek., 100 m.—Sundberg 13.5 sek., 200 m.—Hahglund 28.1 sek., 250 m. — Jacobsen 35.9 sek., 400 m. — Plathino 1:08.2.

W biegach długich przeważa Szwecja dzięki wynikom Gentzel, które brzmią: 800 m.—2:30.2 i 1000 m. — 3:09.2. Szczególnie wynik na 1 klm. jest przekonywujący.

W biegu przez płotki najlepszy wynik szwedzki wynosi 14.9 sek. (Barling), a zatem przewaga Polek wyraźna.

W skokach ustępujemy natomiast Skandynawkom, które poszczycić się mogą takiemi wynikami, jak: wdal—516 cm. (Plathino), wzwyż—147 cm. (Ahlstraud), wdal z miejsca — 237 cm. (Sundberg).

W rzutach jedynie dysk, domena niedoścignionej Konopackiej, wykazuje naszą przewagę. Rekord szwedzki w tej konkurencji należy do Svedberg (32.74).

W rzucie kulą Svensson jest pierwszorzędną siłą, jak to zresztą wykazują jej rekordy: jednorącz — 10.84, oburącz — 19.30.

W rzucie oszczepem najlepszy wynik należy do Addesköld — 34.93.

W każdym razie spotkanie ze Szwecją byłoby niezwykle interesujące, a wynik ostateczny przewidzieć trudno.

Dnia 29 kwietnia, otwarto pierwszą strzelnicę łuczną Polskiego Związku Łuczniczego w Warszawie.

Uroczystość otwarcia zaszczycili swą obecnością liczni przedstawiciele władz oraz organizacyj sportowych i społecznych. Otwarcia dokonał dyrektor Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego i P. W. ppłk S. G. Ulrych, podnosząc w swem przemówieniu szczególne walory tego nieśmiertelnego sportu. Zawodnicy wznieśli w górę łuki a na maszt wciągnięto proporzec łuczników w stylu znaków rycerskich średniowiecza.

Z kolei nastąpiło strzelanie do tarczy pamiątkowej, a następnie zawody na odległości 15 i 20 m. W zawodach pań uzyskały na odl. 15 m.: 1) Majkówna 39 pkt., 2) Świstakówna. W zawodach panów na odl. 15 m. 1) Samkiewicz i Fogel każdy po 53 pkt., 2) Zaorski, 3) Mrok na odl. 20m. 1) Mrok 40 pkt., 2) Zaorski 35 pkt., 3) Samkiewicz. Zawodnikom wręczono nagrody.

Sport łuczny uzyskał nową placówkę swego rozwoju; strzelnica położona wśród sadów owocowych przy ul. Zielenieckiej, tuż naprzeciw wejścia do Parku Skaryszewskiego, da możność miłośnikom tego pięknego sportu, spędzania czasu w słońcu i powietrzu. Na strzelnicy jest czynnych 7 stanowisk pod kierunkiem fachowego instruktora od g. 10 do zmroku; łuki i strzały można wypożyczać na miejscu.

Świat kobiecy powinien się więcej zainteresować tym nadzwyczaj ciekawym sportem. Nadwyraz miła i stylowa sylwetka postawy łucznej, harmonijna skala ruchów, wyzwalająca całą sumę estetycznych momentów napięcia i rozluźnienia mięśni, łączy się z równoczesnem zaabsorbowaniem oka chwytającego cel i napięciem sił duchowych.



P. Janina Loteczkowa, wybitna narciarka zimą, latem staje się zapaloną motocyklistką.

Łucznictwo wyrabia równolegle siłę wzroku, siłę ramienia i palców, uczy logicznego ustosunkowania i używania mięśni, ramion, barków i łopatek, wreszcie wyrabia równowagę wewnętrzną przez jednoczesność skupiania uwagi i napięcia mięśniowego przy zachowaniu zupełnego spokoju mechanicznego.

Sport łuczny stanowi sam w sobie całość; poza tem doskonale nadaje się dla osób nie mających zamiłowania do sportów ciężkich i zbyt nieokrzesanych, dla osób szukających ruchu spokojnego i pięknego, raczej niż szalonej ekspanzji sił. Wreszcie musimy podreślić wielką wartość łucznictwa jako sportu dla młodzieży i sportu wprowadzającego do silniejszych kategoryj sportów.

Miejmy nadzieję że P. Z. Ł., który rozwija coraz szerszą działalność, spotka się teraz z większem zainteresowaniem sportem łucznym ze strony społeczeństwa. Strzelnica łuczna otwarta dzięki niestrudzonej pracy i staraniom Dyr. Giżyckiego, prezesa P. Z. Ł. czeka na swych gości!

X. V.

ZBIERAJCIE NA KOBIECY FUNDUSZ OLIMPIJSKI

LEKKA ATLETYKA



Dnia 29.V.28 r. odbyły się w Starogardzie wewnętrzne zawody Starogardzkiego Klubu sportowego, w których po raz pierwszy brała udział sekcja żeńska, istniejąca dopiero od 6 miesięcy.

Wyniki: Rrzut kulą 1) Ewówna 8,41 m., 2) Gdańcówna 8,1 m., 3) Szarmachówna Klara 6,49 m. Skok wdal z rozbiegiem 1) Ewówna, 4,53., 2) Gdańcówna 4,11 m., 3) Białkowska Irena 3,96 m. Bieg 60 m. 1) Ewówna 8,7 sek., 2) Gdańcówna 8,8 sek., 3) Białkowska 8,9 sek.

W dniach 12 i 13 maja odbyły się na boisku w Agrykoli mistrzostwa młodzików Okręgu Warszawskiego. Najliczniej na starcie zgłosił się A.Z.S., który w gronie swych juniorek ma kilka dobrze się zapowiadających. Wyróżniała się wśród nich Kotowska, która w rzutach będzie poważną siłą. Z innych zawodniczek na wyróżnienie zasłużyła Sobiesiakówna (Sokół-Grodzisk), dobra w sprintach i skokach.

Wyniki przedstawiały się następująco: w biegu na 50 mtr. zwycięstwo w finale przypadło Sobiesiakównie przed Aleksandrowiczówną w czasie 7,85. Rzut kulą 4 kg. pr. ręką i oburącz, wygrała Kotowska (AZS), uzyskując pr. ręką — 8.80. oburącz — pr. 8.10 — lewą 6.38 = 14.48.

Skok wdal — I Sobiesiakówna — 4.26 przed Iwaszkiewiczówną (AZS), — 4.01.

Bieg 800 m. — 1 Harfówna (Makkabi) 3:08, przed Aleksandrowiczówną i Kahanówną.

Rzut oszczepem pr. ręką — 1 Kotowska — 23.49; przed Schabińską (Legja) — 22.17.

Oburącz — Schabińska — 36.26 (pr. 22.35 + lewa 13.91); Kotowska — 35,18.

Bieg 200 m. — Schabińska 30,6 sek przed Jabłczyńską (AZS).

Skok wzwyż — Iwaszkiewiczówna — 125 cm.; Sobiesiakówna — 120.

Rzut dyskiem — Schabińska 26.32, Kotowska, Aleksandrowiczówna.

Sztafeta 4 x 75 m. — Sokół Grodzisk — 46 sek, AZS — 46,2; ZAK 55.

W dniu 12. V. 28 r. odbyły się treningowe zawody zawodniczek grupy olimpijskiej, przebywających w Warszawie.

100 metrów — Woynarowska 14 sek., przed Czajkowską i Grabicką.

800 metrów — Rokoszanka 2:40,6.

Rzut dyskiem — Konopacka — 35.07.

Skok wzwyż — Konopacka 135, Schabińska 131.

Zawody sportowe w dniu 3 maja w Bydgoszczy urządzone przez Miejski Komitet W. F. i P. W. zgromadziły w tym roku na starcie dużą ilość zawodniczek. Po raz pierwszy zjawiły się na starcie w tym roku zawodniczki Sokoła Żeńskiego, które odrazu wysunęły się na czoło.

Wyniki kat. I. (17 i 18 lat).

Bieg 60 mtr.: 1) Baumgartenówna — 9,1 s.

Skok wzwyż: 1) Tykwińska Br. — 1.08 mtr.

Skok wdal: 1) Ziółkiewiczówna (Sokół Żeński) — 3,91 mtr.

Kat. II. (19 i 20 lat).

Bieg 100 mtr.: 1) Noworytówna (Sokół Żeński).

Skok wzwyż: 1) Sarnewiczówna (Sokół Żeński)— 1,08 mtr.

Rzut dyskiem: 1) Orczykowska M. (Sokół V) — 17,26 mtr.

3 maja po poł. odbyły się dalsze zawody na boisku Szkoły Oficerskiej. Przed zawodami odbyła się rewja sportowa w której wzięło udział cr. 1500 zawodników w tem około 100 pań. Wyniki były następujące:

Bieg 100 mtr.: 1) Woźniewska (Sokół 1) w czasie 14,2 sek. Poza konkursem przychodzi do mety jako pierwsza p. Ł. Baumgartenówna (Sokół IV) w dobrym czasie 14 sek.

Skok wzwyż: 1) Woźniewska 121 mtr. Zawodniczki skaczą bez żadnej techniki.

Skok wdal: 1) Molska (Sokół I) — 3,80 mtr.

Rzut dyskiem: 1) Woźniewska (Sokół I) — 21,28 mtr.

Rzut oszczepem: 1) Zamońska (Sokół I) — 20,90 mtr.

Rzut kulą (4 kg.): 1) Donajówna (Sokół Żeński)— 8,05 mtr. — nowy rekord P. O. Z. L. A.



Z meczu Poznań — Śląsk





Od lewej: 1) Kasprzakówna, rekordzistka Polski na 60 mtr., 2) Grupa zawodniczek uczestniczących w meczu Poznań — Śląsk, 3) Tabacka otrzymuje puhar zdobyty przez Górny Śląsk.



Grupa uczestniczek kursu narciarskiego „Rodziny Wojskowej".

MISTRZOSTWA HĄZENY

13 maja.

Grażyna — Strzelec 10 : 1 — mecz ten wykazał walory Grażynianek; — ładną kombinację i niezłe strzały.

AZS — Varsovia — 13 : 2 — mecz bardzo sympatyczny traktowany raczej jako rozgrywka towarzyska. Varsovia znacznie się podciągnęła.

Mecz PIWF — Makkabi nie odbył się z powodu deszczu. Po południu mecz **Warszawianka — Skra** przerwany został przez deszcz po 22 min. gry przy stanie bramek 1 : 1. Nieznaczna przewaga Skry.

17 maja.

PIWF — Skra — 9 : 2 — Skra jest drużyną ambitną i dzielnie stawiała czoło silniejszym PIWF-iankom. Brak im strzałów, zato szybkość gry doskonała. PIWF jak zwykle dobry.

Polonja — Makkabi. Mecz przerwany z racji ulewy z wynikiem 3 : 2 dla Polonji. Makkabi miała przewagę i była groźną dla Polonji — Rittnerówna ma ogromnie silne i niezawodne strzały. W pomocy b. dobra Berlinerówna. Atak Polonji zbyt powolny; obrona i pomoc dobra.

19 maja.

PIWF — Warszawianka 15 : 3 (9 : 0) — Straszny pogrom Warszawianki, która zrzadka tylko dopuszczana była do głosu. Winą takiego wyniku był eksperyment niebezpieczny wstawienia do drużyny 3-ch nowych zawodniczek bez rutyny i umiejętności gry.

Świetna Wierzbołowska miała ciężką pracę z Gorazdowską, przeważnie udaremniała grę swej przeciwniczki, ale cóż mogły zrobić jej wysiłki wobec braku współudziału swej drużyny. Jedynie Rokoszanka grała dobrze, może nawet lepiej jak zwykle. Skrzydła natomiast zupełnie nieruchliwe psuły jej śmiałe wypady na bramkę PIWF.

PIWF był bez Hulanickiej w bramce i Sadkowskiej. Atak grał dobrze.

Makkabi — Strzelec — 3 : 0 walk'over. Drużyna Strzelca nie stawiła się ze względu na święto P. W.

20 maja.

Varsovia — Sokół II — 4 : 1 — Pierwsze zwycięstwo Varsovii, która się znacznie poprawiła od początku rozgrywek. Sokół, który zdawał się dobrze zapowiadać, okazał się drużyną słabą.

Polonja — Grażyna 4 : 3 (4 : 1) — W pierwszej połowie przewagę nieznaczną ma Polonia. Na drużynie Grażyny znać tremę przed groźnem spotkaniem. Powoli jednak Grażynianki opanowują boisko i w II połowie są już stale pod bramką Polonji, która nie wytrzymuje silnego tempa gry. Przegraną zawdzięcza Grażyna jedynie nieumiejętności strzałów i przetrzymywaniu piłki przez atak.

Naogół jednak jest to drużyna już bardzo dobra i może być bardzo groźnym przeciwnikiem.

AZS — Skra 6 : 1. Gra brutalna i ostra; znaczna przewaga AZS-u, który w I-ej połowie niefortunnie atakował bramkę Skry.

Ciągłe kornery psują grę. Zbyt ostro grają w AZS-sie obrona i lewe skrzydło ataku. Skra natomiast prawie bez wyjątków fauluje, co wytwarza niemiły nastrój na boisku. *W-u.*

WYCHOWANIE FIZYCZNE I SPORT

NA POWSZECHNEJ WYSTAWIE KRAJOWEJ W POZNANIU

Projektowana i systematycznie, a bardzo realnie organizowana Powszechna Wystawa Krajowa w Poznaniu na r. 1929 mająca być przeglądem dorobku pierwszego dziesięciolecia pracy Niepodległej Polski, a zarazem punktem orjentacyjnym i bodźcem do dalszej intensywnej akcji, obudziła już w kołach gospodarczych, a i potrosze w całem społeczeństwie łatwo zrozumiałe zainteresowanie.

Znaczenie P. W. K. w historji nowej Polski może być wprost epokowem, zależnie od poziomu jej organizacji i współudziału całego narodu.

Czynniki organizacyjne P. W. K. dokładają wszelkich starań fachowych, by sprostać swemu zadaniu i dają gwarancję swą solidnością i wiedzą gruntowną, że nie zawiodą nadziei oczekiwanych.

Rząd — według swej możności — współpracuje z temi wysiłkami i ma wolę doprowadzenia całego dzieła do szczęśliwego rezultatu.

Ostateczny gest decydujący jest w rękach społeczeństwa, a przedewszystkiem jego organizacyj społeczno-ekonomicznych, by swą współpracą, która dla niego może być jedynie korzystną, dokonać wielkiego historycznego faktu.

Obok świata gospodarczego Polski Niepodległej obok jej organizacyj kulturalno-oświatowych z Ministerstwem W. R. i O. P. na czele, niezwykłą rolę na P. W. K. dla wzmocnienia samopoczucia narodowego i prestige'u na terenie wszechświatowym, będzie mógł odegrać specjalnie w tym celu wyłoniony Dział Wychowania Fizycznego i Sportów.

Dzisiaj świat cały żyje pod znakiem techniki i sportu. Ile nam przyniosły dobrego nasze rekordy hippiczne na Zachodzie Europy i w Ameryce, oceni dopiero historja, z pewnej perspektywy analizująca fakty dokonane. Ale odczuwamy to bezpośrednio już teraz.



Moment z meczu hazeny P. I. W. F. — Skra.

Wybijające się stopniowo na czoło zawodników reprezentacje polskie, niezwyciężone już, zdaje się na długo, jeśli nie nazawsze na pewnych punktach, budzą niesłychany podziw i entuzjazm wśród ludów Zachodu i dzielnie wywalczają pierwsze miejsce dla Polski na rynku wszechświata.

Dla każdego, kto uważnie śledził od początku rozwój idei i dzieł na polu wychowania fizycznego i sportów w Polsce, jest to fenomenem niebywałym i gwarantującym najjaśniejszą przyszłość. Bo nic nie było, formalnie nic pod tym względem przed laty jeszcze kilku, gdy jedynie pewne grupy ludzi, daleko patrzących przed siebie, rozpoczęły wyczerpującą ich energję pracę nad budowaniem podwalin pod przyszły gmach kultury fizycznej narodu.

Powołany do życia Urząd Wychowania Fizycznego z dzielnym jego dyrektorem płk. J. Ulrychem na czele, wydział wychowania fizycznego przy Ministerstwie W. R. i O. P. z płk. Kilińskim jako naczelnikiem, setki towarzystw i organizacyj sportowych, setki wychowawców i wychowawczyń fizycznych, wychodzących z fachową wiedzą z Wyższych Uczelni Wychowania Fizycznego — to już nie inicjatywa prywatna, ale wielkie drzewo, które konarami potężnemi wrosło głęboko w glebę polskiej ziemi, a cieniem swoim sięga aż hen po najdalsze kresy.

A więc najpierw historyczny rozwój instytucyj Wychowania Fizycznego. Dane statystyczne wszystkich tego typu organizacyj, szkół poszczególnych, wyniki osiągnięte, rekordy zdobyte, cały rozmach i rozrost ruchu ujęty w wykresy i liczby. Poza tem odtworzone w odbitkach fotograficznych poszczególne fragmenty tego ruchu. Wytwórczość na tem polu krajowa, pomysły własne i t. d. i t. d. — cokolwiek można będzie konkretnie ująć i przedstawić—wszystko winno być w Poznaniu na widok publiczny wystawione, odpowiednio omówione, wyjaśnione, kolorowo podkreślone, iżbyśmy my sami i zagranica wiedziała, że żyjemy, że rozwijamy się, że krzepniemy i gotujemy się do wielkiego skoku wzwyż i wdal.

Ks. W. Kneblewski.

OSTATNIE ZMIANY

W PRZEPISACH GRY W PIŁKĘ SIATKOWĄ.

Na zebraniu Polskiego Związku Gier Sportowych odbytem w dn. 31 marca b. r. ustalono przepisy gier, a wśród nich i piłki siatkowej.

Za podstawę przepisów wzięto opracowane już przez p. T. Chrapiwickiego (podane przez nas w „Starcie“ Nr. Nr. 1, 3 i 4), wprowadzając następujące zmiany:

II. **Boisko.**

lin. 2. Boisko ma kształt prostokąta o wymiarach szerokości 8 — 10 mtr.; długości 12 — 20 mtr.; do zawodów o mistrzostwo dla drużyn męskich 8 x 16 mtr., żeńskich 8 x 12 mtr.

III. **Przybory.**

lin. 3. Koniecznem jest, by górny bieg siatki był obszyty taśmą szerokości 5 cm.

2) Piłka do gry składa się z pęcherza i pokrywającej go skóry.

Obwód piłki wynosi 65 — 70 cm., waga dla chłopców 340 — 375 gr., dla dziewcząt 250 — 280 gr.

V. **Czas trwania gry.**

wstawić na końcu:

W wypadkach utrudniających czynników grę, jak wiatr, deszcz, lub słońce, drużyny za zgodą sędziego mogą zmieniać boiska już po uzyskaniu przez jedną z nich 8 punktów. Po zmianie boisk zadaje piłkę drużyna, która uzyskała ostatni punkt.

VI. **Prawidła gry.**

p. 4. skreślić i zamiast niego wstawić:

Po jednej stronie boiska piłka może być podawana tylko 3 razy t. j. za trzecim razem musi być oddaną ponad siatką na stronę przeciwną.

X. **Zmiana miejsc graczy.**

Zamiast całego paragrafu:

Po każdej straconej piłce gracze drużyny oddającej piłkę zmieniają swe miejsca zgodnie z ruchem wskazówek zegara, t. j. w pierwszym szeregu przesuwają się o jedno miejsce od lewej ręki w prawo, w drugim od prawej w lewo.

Gracz prawoskrzydłowy z pierwszego szeregu przechodzi do drużyny na prawe skrzydło, lewoskrzydłowy drugiego na lewe skrzydło do pierwszego szeregu.

XII. **Przewinienia.**

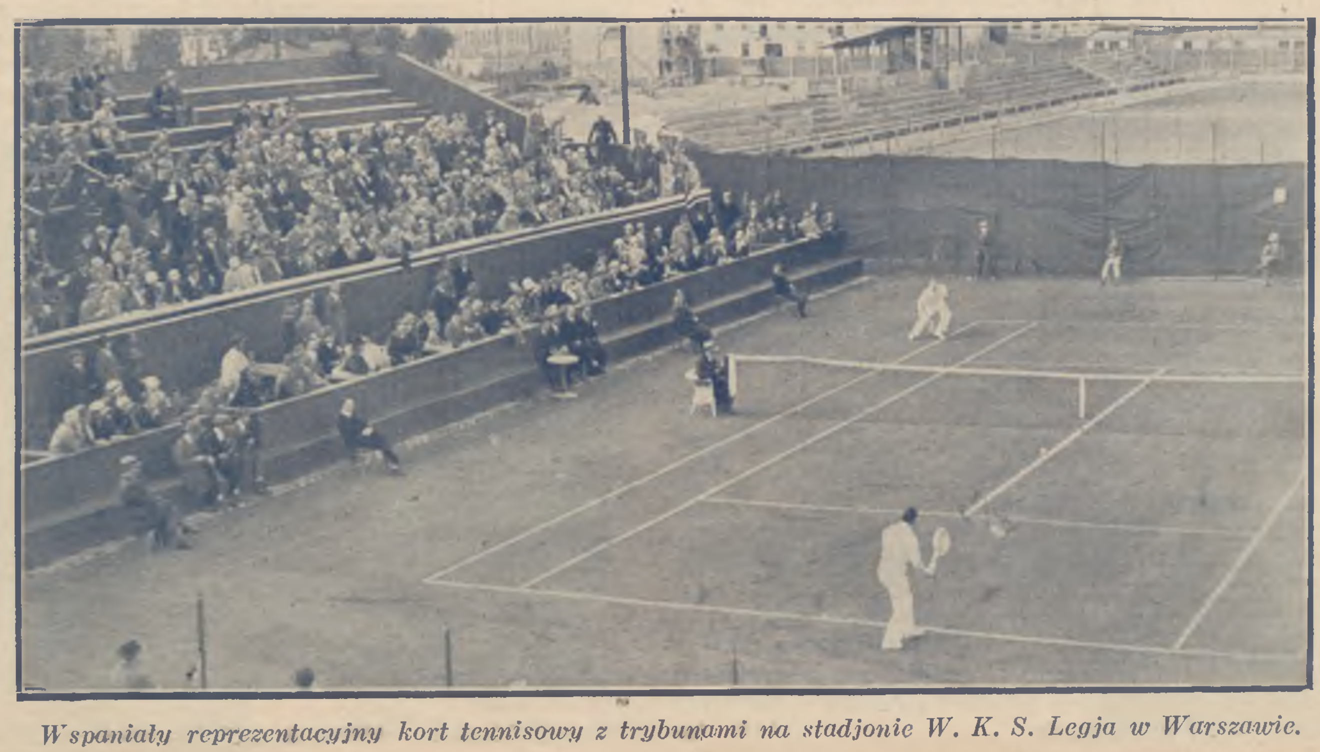
c) Drużynie nie wolno:

wstawić: 1) podbijać piłki po swej stronie więcej jak trzy razy.

XIII. **Kary.**

Za przewinienia:

a) wykazane w § XII. Od A do B, p. 14 i C. p. 1 włącznie, drużyna zadająca traci piłkę, która przechodzi do zespołu przeciwnego.



Wspaniały reprezentacyjny kort tennisowy z trybunami na stadjonie W. K. S. Legja w Warszawie.

ANKIETA W SPRAWIE ZABAW I GIER RUCHOWYCH POLSKICH

Jesteśmy narodem, posiadającym piękną i bogatą rodzimą tradycję we wszystkich działach kultury. Mało jednak mamy skłonności do badania tej tradycji, a najmniej bodaj — do pielęgnowania tych jej elementów, które dadzą się pogodzić z wymaganiami życia nowoczesnego. Jednym z jaskrawszych przykładów tej karygodnej obojętności na skarby rodzimej cywilizacji, jest bezwątpienia nasz stosunek do staropolskich zabaw i gier ruchowych. U wielu narodów Zachodu ogłoszono o tym przedmiocie szereg poważnych dzieł naukowych, a prastare gry, pieśni i pląsy uczyniono niezbędną częścią składową narodowego wychowania. U nas dążność podobna już zapoczątkowana; na przeszkodzie jej wszakże stoi nieznajomość znacznej części własnego w tej dziedzinie bogactwa. Dla częściowej choćby poprawy tego stanu rzeczy, póki czas — póki resztki tradycji nie zatoną w powodzi cudzoziemszczyzny, ogłaszamy niniejszą ankietę. Prócz wspomnianego celu — unarodowienia naszego wychowania fizycznego — ma ona do spełnienia niemniej ważne zadania naukowe. Pomoże nam wyświetlić niejasną jeszcze w wielu szczegółach genezę zabaw, ich związki z całością kultury narodowej nieraz zamierzchłych wieków, ich wędrówki i przemiany pod wpływem zmiany środowiska i t. p.

Najusilniej tedy wzywamy na pomoc przedewszystkiem inteligencję, stykającą się z ludem: Duchowieństwo, nauczycielstwo, lekarzy i in. Niemniej pożądane własne lub cudze, lecz w miarę możności dokładnie spisane wspomnienia członków starszej generacji.

Oto główne zagadnienia, na które prosimy o odpowiedź:

1. Kiedy (rok) i gdzie (miejscowość, powiat, województwo) odpowiadający czynił swe spostrzeżenia?

2. Uczestnicy opisanej zabawy lub gry: ich wiek, płeć, narodowość, warstwa społeczna.

3. Czy dana zabawa (gra) ograniczona do pewnego sezonu? Jeśli tak, do którego? Ewentualnie jej połączenie z obrzędem ludowym dorocznym, świętem kościelnem, obrz. weselnym i t. p.

4. Ewentualny charakter obrzędowy samejże zabawy lub gry (zwłaszcza przy grze zaczynającej sezon, lub wchodzącej w skład wymienionych pod 3 uroczystości).

5. Teren zabawy (gry): izba, podwórze, pole, droga, las i t. p. i przybliżone wymiary przestrzeni, na której się rozgrywa. Miejsca na tym terenie, posiadające szczególne znaczenie (mety, gniazda etc.), ich nazwy wymiary, stosunek wzajemny.

6. Ewentualne przybory (kijki, krążki, piłki etc.), ich nazwy, opis, sposób sporządzania (np. szycie lub toczenie piłek).

7. Ilość uczestników. ewt. podział na drużyny (partje), hierarchja graczy i odnośne nazwy (np. matka, bachory, gęsi, wilk etc.).

8. Sposób wyboru drużyn, lub graczy o odmiennych rolach (odliczanie z pomocą wierszyków, wymierzanie na kiju etc.).

9. Przebieg zabawy (gry), opisany zwięźle lecz jasno, tak, aby czytelnikowi umożliwić dokładne jej odtworzenie. Prosimy nie pomijać żadnej nazwy, formułki (dialogu), piosenki i t. p., oraz zachować właściwości gwary ludowej, nie wyłączając wyrażeń mniej przyzwoitych.

U w a g i. Ankieta nasza ma za zadanie zbadanie zabaw o formie ustalonej tradycją. Nie należą tu zatem proste zabawy naśladowcze (w szkołę, pociąg, kuchnię etc.) o zmiennej nieraz postaci, zależnej od wrażeń, działających chwilowo na wyobraźnię dziecięcą. Odpadną też świeże nabytki obce, jak piłka nożna, tenis, koszykówka etc. Dalej odpadną wszelkie elementy (więc choćby rodzime) wyuczone w szkole. Natomiast polskości naszego materjału nie należy traktować zbyt ciasno etnograficznie. Elementy polskie, ruskie, białoruskie, litewskie, a nawet niemieckie i żydowskie, przedewszystkiem z obszaru dzisiejszej Rzeczypospolitej, lecz i z dawniejszych jej prowincyj, oraz z terenów emigracyjnych, tak silnie zazębiają się wzajemnem oddziaływaniem w ciągu długich stuleci, że wszystkie stanowią nięzbędną podstawę do badań nad tą częścią polskiej kultury.

Nawet drobne przyczynki do stanu naszej wiedzy w tym zakresie mogą okazać się cennemi. Odpowiadający też nie powinien się zrażać tem, że zaobserwował choćby jedną tylko zabawę, ani niedokładnością opisu wyszłej z użycia gry, podanej ze wspomnień jakiegoś staruszka. W każdym razie jednak pożądany spis zabaw (gier), uprawianych w danej miejscowości. Przy nazwach interesujące będzie ich tłumaczenie przez lud, niemniej ew. nazwy dwojakie jednej i tej samej gry.

Bardzo pożądane są też rysunki, przedstawiające teren zabawy (gry), ustawienie uczestników, przybory etc., oraz nuty piosenek, śpiewanych przy grze. Niemniej użyteczne będą też okazy przyborów, wyrabianych przez samychże uczestników.

Wielkiem ułatwieniem pracy, przy gromadzeniu tego materjału, będzie posługiwanie się podręcznikiem prof. E. P i a s e c k i e g o (Zabawy i gry ruchowe, wyd. 3, Lwów — Warszawa, Książnica Atlas, 1922) zawierającym cały znany dotąd dorobek polski.

Materjały prosimy skierowywać do Dyrekcji Studjum Wychowania Fizycznego Uniw. Pozn., Poznań 3, Park Wilsona, z dopiskiem: „Ankieta", możliwie rychło, najpóźniej zaś do 1 września 1928. Będą one opracowywane pod osobistem kierownictwem prof. E. P i a s e c k i e g o. Cenniejsze przyczynki ogłosi się drukiem w całości, lub w obszernem streszczeniu, na łamach miesięcznika „Wychowanie Fizyczne", lub w „Pracach Nauk. Studjum W. F. Uniw. Pozn.", Ankieta jest finansowana z zasiłku Państwowego Urzędu Wych. Fiz. i Przysp. Wojsk. w Warszawie.

STATUT W. H. N. S.

WIELKIEJ HONOROWEJ NAGRODY SPORTOWEJ

Dyrektor Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego, płk. J. Ulrych, dla pobudzenia indywidualnej pracy na polu sportu, ufundował nagrodę, statut której podajemy niżej.

1) Nagroda zostaje ufundowana przez Dyrektora Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego i Przysposobienia Wojskowego. Celem jej jest zaszczytne odznaczenie najlepszego i bezwzględnie wartościowego **indywidualnego** wyniku sportowego.

2) Nagroda jest przechodnia i staje się własnością zdobywcy po dwukrotnem zdobyciu jej w odstępach czasu nie dłuższych ponad trzy lata, lub po trzykrotnem zdobyciu niezależnie od przerw.

3) Zdobywcą nagrody może być każdy (a) nieskazitelnej prawości obywatel (lka) Rzplitej Polskiej, który (a) wypełni warunki przewidziane niniejszym statutem.

4) Warunkiem zdobycia W. H. N. S. jest osiągnięcie w ciągu danego roku kalendarzowego najwybitniejszego indywidualnego wyniku sportowego.

5) W. H. N. S. jest nadawana corocznie przez specjalnie w tym celu powołaną przez Dyrektora Państwowego Urzędu W. F. i P. W. Komisję Nadawczą w skład której wchodzą:

Z urzędu: 1. Dyrektor Państwowego Urzędu W. F. i P. W. — jako przewodniczący, 2. Przedstawiciel M. Z. S., oraz 3. Przedstawiciel Min. W. R. i O. P., 4, Kmdt, Centr. Wojsk. Szk. Gimn. i Sportów, 5. Dyrektor Państwowego Instytutu W. F.,

Z nominacji: 6 i 7. Dwuch członków Rady Naukowej W. F. zaproszonych przez Dyrektora Państwowego Urzędu W. F. i P. W., 8 i 9. Dwuch przedstawicieli wydelegowanych przez Związek Polskich Związków Sportowych.

Sekretarzem Komisji Nadawczej W. H. N. S. jest z urzędu Szef Wydziału Wychowania Fizycznego Państwowego Urzędu W. F. i P. W., który jednak w głosowaniu nie bierze udziału.

6) Komisja Nadawcza W. H. N. S. zbiera się na wezwanie Przewodniczącego raz do roku, w pierwszym kwartale każdego roku i rozpatruje wnioski i rozstrzyga o nadaniu nagrody za ubiegły rok kalendarzowy.

7) Zdobywca W. H. N. S. otrzymuje oprócz nagrody dyplom, zawierający treść uchwały Komisji Nadawczej o przyznaniu mu miana zdobywcy W. H. N. S. Na nagrodzie, w miejscu na ten cel przeznaczonem, zostaje wyryte nazwisko i imię zdobywcy oraz rok, za który została mu nadana nagroda.

8) W. H. N. S. zostanie po raz pierwszy nadana za rok 1927.

KONKURS SZTUKI
NA OLIMPJADZIE PARYSKIEJ.

Niemałem zdarzeniem w dziejach sztuki związanej ze sprawami kultury fizycznej, był konkurs sztuki, zorganizowany w 1924 roku w ramach Igrzysk VIII Olimpjady w Paryżu. Na tle olbrzymiej stolicy świata, w powodzi wielkich zbiorów sztuki, wystaw, konkursów nie uwydatnił on się należycie, nie zwrócił na siebie wyłącznej uwagi świata artystycznego, w każdym razie jednak był jednym z wielkich etapów, znaczonych na drodze współżycia sztuk pięknych i sportu.

Paryż oddał na olimpijską wystawę sztuki swój wspaniały gmach Grand Palais, w którym urządzane są zwykle największe i najbardziej udane salony. I tym razem wystawa okazała się bardzo udatną, przedewszystkiem w dziale rzeźby, następnie malarstwa, słabiej natomiast przedstawiała się w architekturze.

Dzieł nadesłano nadspodziewanie dużo, bo aż 235; niestety jednak nie wszystkie stały na poziomie odpowiednio wysokim, to też jury zmuszone było szereg prac zdyskwalifikować, pozostawiając tylko 158 dzieł.

W najobfitszym dziale rzeźb złoty medal olimpijski otrzymał Grek—Kosta Dimitriadis, za pracę p. n. „Dyskobol finlandzki". Drugą nagrodę zdobył Luksemburczyk, Franz Heldenstein, za atletę z godłem „Ku Olimpjadzie", wreszcie trzecią nagrodę podzielono pomiędzy Duńczykiem Ganguin za „Boksera" oraz Francuzem Mascanse za medaljony z symbolami siedmiu gałęzi sportu.

Konkurs malarski przyniósł znowu nagrodę Luksemburgowi. Tutaj Jean Jacobi otrzymał złoty medal za „Studja sportowe". Medal srebrny otrzymał Irlandczyk Jack B. Yeats za „Pływanie", zaś medal bronzowy Holender — Johan van Hell za obraz p. n. „Łyżwiarze".

W dość ubogim dziale architektury złotego medala nie przyznano nikomu. Hajos z Budapesztu otrzymał srebrny medal za projekt stadjonu w stolicy Węgier. Medalem bronzowym obdarzono inż. Medecin z Monako.

Poza wystawami i konkursami sztuk plastycznych rozegrano konkurs utworów literackich, mających za temat ćwiczenia fizyczne. Tutaj Francuz, Geo Charles, zdobył złoty medal za dramat p. n. „Igrzyska Olimpijskie", srebrnym medalem nagrodzeni zostali Duńczyk J. Petersen za poemat „Euryale" i Angielka Dorothy Margaret Stuart za wiersze p. n. „Swords esongs", wreszcie medalami bronzowemi Irlandczyk Gogardy za odę i Francuz C. Gonnet za nowelę.

Niestety, w konkursach tych Polska, biorąca udział w sportowej części Igrzysk Olimpijskich,—świeciła zupełną nieobecnością. Dopiero w bieżącym roku w czasie zbliżających się Igrzysk IX Olimpjady Polska weźmie udział w olimpijskich konkursach sztuki w Amsterdamie w zakresie, odpowiadającym naszej kulturze i wielkości.

CENY OGŁOSZEŃ:

Jednorazowo: 1/1 kolumny — zł. 200; ½ kol. — zł. 100; ¼ kol. — zł. 60; ⅛ kol. — zł. 30; 1/16 kol. — zł. 15.

Przy ogłoszeniach wielokrotnych (poczynając od 6-ciokrotnego) — ceny ogłoszeń o 20% niższe.

Redaktorka „Startu" przyjmuje interesantów w poniedziałki i czwartki w godzinach od 12—2 po południu.

Adres Redakcji i Administracji: Warszawa, Górnośląska Nr. 20 m. 7. Tel. 401-24. Konto P. K. O. 14558.

Cena prenumeraty: w Warszawie (z odniesieniem do domu) i na prowincji (z przesyłką pocztową) miesięcznie 1 złoty, — kwartalnie 2 zł. 70 gr. Zagranicą: w Austrji, Czechosłowacji i Węgrzech — jak w obrocie wewnętrznym; w innych krajach — miesięcznie 1 złoty 25 gr., — kwartalnie 3 złote 50 gr.

Wydawca E. Grocholska. Druk. „Kobiety Współczesnej". Marszałkowska 148. Redaktorka: K. Muszalówna.